



Comment préparer une communication orale ? (1/2)

Par Alexandra Giraud et Eva Roy

Une communication orale scientifique a pour objectif de présenter une recherche de manière claire, concise et accessible. Une communication permet de partager ses travaux, d'obtenir des retours constructifs ainsi que de développer ses compétences en vulgarisation scientifique. C'est une opportunité d'accroître la visibilité de sa recherche, d'échanger avec d'autres chercheur·euses et d'affiner sa réflexion grâce aux discussions suscitées.

Structurer sa présentation

Une communication orale suit généralement une structure en 4 parties :

1. **Introduction et contexte** : Introduisez le cadre théorique de votre recherche, définissez les concepts utilisés et montrez l'importance de votre recherche. Annoncez l'objectif et les hypothèses.
2. **Méthodologie** : Présentez brièvement votre méthodologie (échantillon, outils utilisés, procédure). Mentionnez les méthodes utilisées pour analyser vos données (si pertinent).
3. **Résultats / Résultats attendus** : Reprenez vos hypothèses et répondez-y en présentant vos résultats.
4. **Discussion, implications et conclusion** : Discutez brièvement les résultats de votre étude en relation avec la littérature et résumez les contributions théoriques et pratiques. Ouvrez votre discussion en présentant les limites de votre étude et en suggérant les perspectives futures.



Consultez la charte de signature et la charte graphique de votre laboratoire et de votre établissement.

Avant la présentation

- **Clarifiez votre message principal** : Demandez-vous quelle est l'idée clé que vous voulez partager.
- **Chronométrez-vous** : Entraînez-vous pour vous assurer de ne pas dépasser la durée autorisée. Respecter le temps imparti est une marque de respect pour votre public et les autres intervenant·es.
- **Adoptez un langage accessible** : Même avec un public spécialisé, il est préférable de ne pas utiliser un jargon excessif ou des acronymes.
- **Anticipez les questions** : Réfléchissez aux points qui pourraient susciter des interrogations et préparez des réponses claires.
- **Soignez votre support visuel** : Limitez le texte sur vos diapositives et préférez des illustrations, des graphiques et des schémas. Portez attention à la lisibilité du document.



Faites une répétition devant des collègues ou des ami·es pour affiner votre discours.



Comment préparer une communication orale ? (2/2)

Par Alexandra Giraud et Eva Roy

Le jour J

- **Prenez une grande inspiration** : Une bonne respiration aide à calmer le stress et à poser votre voix.
- **Établissez un contact visuel** : Cela rend votre discours plus vivant.
- **Parlez lentement et distinctement** : En situation de stress, nous avons tendance à accélérer notre débit de parole.
- **Ne lisez pas votre diaporama** : Votre support est là pour vous appuyer, pas pour être récité.
- **Soyez bienveillant avec vous-même** : Ce n'est pas grave si vous faites une erreur ou si vous avez une hésitation, cela arrive à tout le monde.
- **Amusez-vous** : Prenez le temps d'apprécier l'instant et rappelez-vous que vous êtes l'expert·e sur votre sujet - le public est là pour apprendre de vous, pas pour vous juger.

Les questions

- **Notez les questions qui vous sont posées** : Celles-ci peuvent vous aider à mieux comprendre les attentes liées à votre sujet.
- **Soyez prêt·es à répondre aux questions avec ouverture** : Les questions ne sont pas un examen, c'est une opportunité pour des échanges constructifs.
- **Prenez les critiques comme des opportunités d'apprentissage** : Même si elles peuvent être maladroitement amenées, les critiques peuvent enrichir votre réflexion sur votre sujet.
- **Si vous ne savez pas, dites-le avec honnêteté** : Mieux vaut reconnaître une limite que de vouloir combler un blanc avec une réponse bancale. Vous avez toujours la possibilité d'indiquer que vous allez vous renseigner et revenir vers la personne.

Après la présentation

- **Ne vous comparez pas aux autres** : Chacun son style, son rythme et son sujet. Votre sujet est unique tout comme votre façon de le partager.
- **Faites un bilan post-présentation** : Gardez une trace de votre expérience. Qu'est-ce qui a fonctionné ? Que pourriez-vous améliorer la prochaine fois ?
- **Célébrez votre passage** : Présenter dans un congrès est une étape importante dans votre parcours doctoral, chaque communication mérite d'être célébrée.
- **Réseautez avec bienveillance** : Profitez de l'événement pour échanger avec d'autres chercheur·euses et créer des liens.

Une communication, ce n'est pas un examen, c'est une conversation avec la communauté scientifique. Le but n'est pas d'être parfait·e, c'est de partager ses idées et d'échanger avec ses pairs. L'essentiel, c'est d'être soi-même et de s'amuser !